

Научная статья  
УДК 796/011  
DOI: 10.47438/1999-3455\_2024\_2\_97

**МНОГОБОРЬЕ «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» КАК ВАЖНАЯ ЧАСТЬ ПРОЕКТА  
«СПОРТИВНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ «ТЕХНОСПОРТ ПЕРВЫХ»» В РАМКАХ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ДВИЖЕНИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ «ДВИЖЕНИЕ ПЕРВЫХ»**



Полина Игоревна Каменская

*Российский университет спорта  
Москва, Россия*

*Аспирант кафедры государственного управления и молодёжной политики  
тел.: +7(925)159-16-92, e-mail: polina.kamenskaya1998@mail.ru  
ORCID 0009-0009-5818-2998*

**Аннотация.** Материалы данной публикации посвящены проведению анализа по вопросу внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в программу комплексных соревнований. В статье рассматривается спортивный фестиваль «Техноспорт Первых» – первое в стране командное соревнование в формате мультиспортивного многоборья по технологичным видам спорта с элементами эстафеты, где одной из дисциплин является многоборье «Готов к труду и обороне». Проведённый анализ показывает, что проведение подобного рода мультиспортивных состязаний с включением технологичных видов спорта немислимо без включения в число состязаний многоборья «Готов к труду и обороне», поскольку именно эта дисциплина позволяет в полной мере зафиксировать уровень развития у участников таких важных физических качеств, как сила, быстрота, гибкость, ловкость и выносливость. Результаты исследования могут быть использованы педагогами по физической культуре, специалистами по работе с молодёжью в образовательных организациях, специалистами Движения детей и молодёжи «Движение Первых» и специалистами, организующими физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работу для построения более грамотной и плодотворной работы с населением разного возраста.

**Ключевые слова:** физическая культура, «Готов к труду и обороне», спорт, Движение первых, молодёжь, многоборье, фестиваль.

**Для цитирования:** *Каменская П. И.* Многоборье «Готов к труду и обороне» как важная часть проекта «Спортивный фестиваль «Техноспорт первых»» в рамках деятельности движения детей и молодёжи «Движение первых» // *Культура физическая и здоровье. 2024. № 2. С. 97-101. DOI: 10.47438/1999-3455\_2024\_2\_97.*

### Введение

В нашей стране комплекс «Готов к труду и обороне» имеет долгую историю и непростой путь развития. Впервые Всесоюзный физкультурный комплекс ГТО был принят 11 марта 1931 года, став программной и нормативной основой системы физического воспитания для всей страны [10]. На тот момент, комплекс ГТО вводился с целью повышения уровня физического воспитания и мобилизационной готовности советского народа, в первую очередь молодого поколения. Основное содержание комплекса ГТО было ориентировано на качественную физическую подготовку сотен миллионов советских людей. Комплекс «Готов к труду и обороне» стал для советского не только комплексом физической подготовки, но и особой культурой, отдельным «видом спорта», со своими чемпионатами, победами и победителями. За годы существования ГТО в СССР (1931-1991

г.) Комплекс видоизменялся: менялось количество нормативов, возрастные ступени участников, менялись награды за сдачу нормативов, добавлялись новые дисциплины, однако неизменно было одно – спортивно-оборонный комплекс был очень популярен у граждан страны [3]. Комплекс ГТО в СССР сыграл огромную роль в развитии массовости физкультурного движения, сдавая нормы ГТО, миллионы граждан страны приобрели всестороннюю физическую подготовку и закалку [5]. Однако с распадом СССР в 1991 году комплекс ГТО фактически перестал существовать. Но сейчас мы уже с уверенностью можем сказать, что на этом история комплекса ГТО не закончилась.

В 2013 году руководство страны и региональные руководители выступили с инициативой возрождения комплекса ГТО в России в современном формате. И в 2014 Постановлением Правительства РФ утверждено

Положение о комплексе ГТО, которым определены принципы, цели, задачи, структура, содержание и организация работы по внедрению и дальнейшей реализации комплекса ГТО [1]. Современный Комплекс ГТО состоит из 11 ступеней в соответствии с возрастными группами населения от 6 до 70 лет и старше и нормативов по 3 уровням трудности, соответствующих золотому, серебряному и бронзовому знакам [7]. Сейчас мы можем наблюдать новый виток развития Комплекса ГТО. Дисциплины, вошедшие в современный комплекс ГТО, во многом повторяют дисциплины Комплекса ГТО в СССР. Однако, с течением времени, заметным прогрессом во многих сферах жизни, изменением запросов общества, увеличением доступных популярных видов активностей и развитием технологичных видов спорта, сформировался запрос на более широкий спектр дисциплин. В настоящее время, Комплекс ГТО выступает важной частью комплексных соревнований, в том числе соревнований, включающих новые технологичные дисциплины, отвечающих современным запросам времени и общества [4]. Об одном из таких соревнований (Спортивный фестиваль «Техноспорт Первых» в рамках деятельности Общероссийского общественно-государственного Движения детей и молодёжи «Движение Первых») пойдёт речь далее в статье.

**Целью работы** является проведение анализа по вопросу внедрения комплекса «Готов к труду и обороне» в программу комплексных физкультурно-спортивных соревнований Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодёжи «Движение первых».

#### Материалы и методы исследования

Теоретическую и методологическую базу работы составили труды по теории и методике физического воспитания Л.П. Матвеева и В.С. Кузнецова. А также труды Р. Р. Салахиева и С. А. Давыдовой, посвященные ретроспективному анализу Комплекса ГТО в стране. Основным методом аналитического изучения, в рамках нашей работы, стал метод сжатия обрабатываемой информации.

«Движение первых» – общероссийское общественно-государственное движение, созданное 14 июля 2022 года по инициативе руководства России, для воспитания, организации досуга подростков, и формирования мировоззрения «на основе традиционных российских духовных и нравственных ценностей» [2]. Отделения движения открылись в каждом муниципалитете России, в школах по всей стране активно создаются первичные ячейки движения. «Движение Первых» стало площадкой для привлечения множества ярких, целеустремленных молодых людей в образовательные, творческие, спортивные проекты. Одним из таких проектов является Спортивный фестиваль «Техноспорт Первых» – первое в стране командное соревнование в формате мультиспортивного многоборья по технологичным видам спорта с элементами эстафеты [8].

Цель проекта – развитие в РФ таких видов спорта, как спортивное программирование, лазерный бой, гонки с препятствиями, гонки дронов (беспилотных воздушных судов) и многоборья «Готов к труду и обороне» [9].

#### Задачи:

- популяризация здорового образа жизни среди молодёжи;
- организация активного досуга молодежи;
- пропаганда физической культуры и спорта как средства физического, нравственного и духовного воспитания подрастающего поколения;

– вовлечение обучающихся общеобразовательных организаций, членов первичных отделений «Движения Первых» и профессиональных образовательных организаций Российской Федерации в систематические занятия физической культурой и спортом и совершенствование спортивного досуга обучающихся;

#### Результаты

«Техноспорт Первых» – командное соревнование в формате мультиспортивного многоборья по технологичным видам спорта с элементами эстафеты. Спортивный фестиваль «Техноспорт Первых» проводился с 16 по 19 февраля 2024 года в городе Грозном Чеченской Республики. Общее руководство организацией Фестиваля осуществляло Министерство спорта Российской Федерации, «Движение Первых», общероссийские спортивные федерации по видам спорта.

К участию в Фестивале допускались команды, состоящие из обучающихся профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования РФ, где открыто первичное отделение «Движения Первых», в возрасте от 18 до 25 лет. Состав команды 12 человек, в том числе: 10 участников, 1 представитель и 1 тренер. От каждого субъекта РФ допускалось участие 1 команды. Далее в статье будут представлены дисциплины спортивного Фестиваля «Техноспорт Первых».

1. Лазерный бой «Встречный бой». Лазерный бой – командная военно-тактическая игра с использованием безопасного лазерного оружия и сенсоров, фиксирующих попадания. Сенсоры размещаются на жилетах и касках.

Цель игры «Встречный бой» – за определенное время деактивировать максимальное количество игроков команды противника. Побеждает команда, которая в установленное время деактивировала всех игроков команды соперника, либо в которой после финального свистка осталось больше не деактивированных игроков. Оживление пораженных игроков – невозможно.

Игровой полигон представляет из себя пространство вытянутой прямоугольной формы с установленным на нем надувным укрытием, в противоположных концах полигона расположены стартовые зоны команд.

Лазерные бои требуют не только индивидуальной ловкости, но и слаженной командной работы. Каждый участник является неотъемлемой частью стратегии, способной переломить ход состязания. В рамках фестиваля «Техноспорт» в данной дисциплине принимало участие по 6 членов от каждой из 45 команд-участников.

2. Программирование систем информационной безопасности. В данной дисциплине участникам необходимо продемонстрировать свои навыки в разработке программных решений. Соревнования проводятся в три этапа в формате СТФ-баттлов на вылет. Для участия в Соревнованиях спортсмены используют техническое оборудование. Соревнования проводятся на основе заданий. Спортсмену на каждом этапе и раунде доступны все материалы и задания, размещенные на платформе. Всего на платформе размещается 5 типов заданий: REVERSE, CRYPTO, STEGANO, FORENSICS, WEB. Задания подразумевают поиск флагов. Ответом на задания может быть текстовая строка из символов латинского и кириллического алфавита. Основные критерии, используемые в алгоритме расчета – количество ответов, которые команда отправила по каждому заданию. Применяется динамическая система начисления баллов за каждое задание (первый решивший получает максимальный балл, за последующее решение количество баллов

за задание снижается). По итогам соревнований судья фиксирует результаты участников.

3. Гонка дронов (класс до 220мм). Гонка дронов является одним из молодых видов спорта и стремительно набирает популярность в мире. Гонки дронов включают в себя соревнования на скорость и на маневрирование по преодолению искусственных препятствий в виде колец, ворот, флагов.

«Гонка дронов» — высокотехнологичная дисциплина от Федерации гонок дронов России. Команде из двух участников нужно, управляя беспилотным летательным аппаратом, преодолеть 20 кругов на специализированной трассе за наименьшее возможное время. Команда состоит из двух участников. Один из них управляет дроном, второй находится в питстоп-зоне, где технически сопровождает гонку. Так они гоняют по 10 кругов и меняются местами. Одновременно соревнуются до четырех команд в одном вылете. Оценивается время прохождения десяти кругов трассы. Побеждает команда, выполнившая задание за минимально количество времени.

4. Гонка с препятствиями. Это молодые, но успешные набравшие большую популярность соревнования, представляющие собой забег по пересечённой местности с преодолением различных препятствий.

Гонка с препятствиями в рамках Фестиваля «Техноспорт» проводилась в формате «Гонки героев». Общее руководство подготовкой и проведением соревнования осуществляла АНО «ГОНКА ГЕРОЕВ». Соревнование проводилось в командном формате. Состав команды: 6 человек.

Программа спортивных соревнований включала в себя преодоление естественных преград и искусственных препятствий на протяжении всей дистанции, ограниченной специальной разметкой. Команды не имели ограничения по времени прохождения дистанции. Всего на дистанции 8 препятствий. Протяженность трассы: 4000 м. В полосе препятствий представлены следующие препятствия:

- барьеры – необходимо поочередно подлезть под заборы и перелезть через покрышки;
- заборы 2 метра – необходимо перелезть с одной стороны на другую;
- рукоход «Лестница» – необходимо только с помощью рук перебраться с одной стороны препятствия на другую по металлическим трубам;
- перенос в покрышке – необходимо одного участника команды перенести из точки А в точку Б, используя покрышку с канатами;
- рукоход «Волна-качели» – необходимо только с помощью рук перебраться с одной стороны препятствия на другую по металлическим трубам, качелям и ударить в колокольчик;
- забор с проемами – необходимо перелезть с одной стороны препятствия на другую через проем в части забора, один забор на всю команду;
- рукоход «Классический» – необходимо только с помощью рук перебраться с одной стороны препятствия на другую по навесным элементам.

Участники преодолевают всю дистанцию вместе. Финишировать команда должна в полном составе. Команда с лучшим результатом становится первой и занимает 1 место. Итоговый результат складывается из фактического времени преодоления полосы препятствий и штрафного времени команд, которое они получают за нарушение правил прохождения этапов.

5. Многоборье «Готов к труду и обороне». Многоборье ГТО в рамках Фестиваля «Техноспорт Первых»

проводилось в командном формате. Команда состоит из 6 человек (минимум 1 девушка).

Общее руководство и непосредственное проведение данного Турнира осуществляла общероссийская физкультурно-спортивная общественная организация «Федерация многоборья ГТО России». Программа спортивных соревнований включала в себя выполнение комплексов функциональных упражнений по правилам многоборья «Готов к труду и обороне». В рамках Многоборья ГТО представлено 2 этапа:

Этап 1. Упражнения выполняются по очереди в парах (мж/мм/жж). Упражнения первого этапа:

- прыжки в длину с места толчком двумя ногами;
- сгибания и разгибания рук в упоре лёжа на полу (отжимания);
- поднимание туловища из положения лёжа на спине (пресс);
- бег на 100 м.

Этап 2. Данный этап представлен в виде комплекса кросс-фит, конечной целью которой является попадание мячом в цель. Задача: выполнить комплекс упражнений как можно быстрее и выполнить упражнение на меткость. Упражнения второго этапа:

- бег до штанги (4 метра);
- станковая тяга штанги (12 раз);
- бег до гири (4 метра);
- махи гири (12 раз);
- бег до спортивного «блина» (4 метра);
- выпады с блином над головой (12 раз);
- бег до линии бросков в цель (4 метра);
- броски в цель теннисного мяча (6 попыток);

Каждый участник команды должен максимально быстро дойти до мишени и попасть в нее теннисным мячом на расстоянии 5/7м. По всей дистанции с участниками продвигается судья, который оценивает правильность выполнения упражнений и количество выполненных повторений. На каждом пункте находится секретарь, который записывает в протокол количество правильно выполненных повторений и штрафные секунды за нарушения участников. Общее время прохождения всех пунктов участниками команды суммируется со штрафными секундами и затем определяется итоговый результат. Победители и призеры определяются по итоговым командным результатам двух этапов прохождения комплексов Многоборья ГТО. Стоит отметить ведущую роль Многоборья «Готов к труду и обороне» в рамках спортивного фестиваля «Техноспорт Первых», именно участие в сдаче норм и эстафете ГТО позволяет участникам в полной мере продемонстрировать свой уровень физической подготовки.

По итогам спортивного Фестиваля «Техноспорт Первых» в 2024 году в общекомандном первенстве победителем стала команда из Иркутской области. Также стоит отметить, что в каждой дисциплине фестиваля отдельно определялся победитель, и именно спортсмены из Иркутской области заняли первое место в Многоборье ГТО, где каждый из них продемонстрировал впечатляющие результаты в испытаниях на скорость, силу и меткость.

### Выводы

Проведя анализ по вопросу внедрения комплекса «Готов к труду и обороне» в программу комплексных соревнований, таких как спортивный фестиваль «Техноспорт Первых», стоит сказать, что проведение подобного рода мультиспортивных состязаний, с включением технологичных видов спорта, немыслимо без включения в число состязаний многоборья «Готов к труду и

обороне», поскольку именно эта дисциплина позволяет в полной мере зафиксировать уровень развития у участников таких важных физических качеств, как сила, быстрота, гибкость и ловкость.

ВФСК ГТО в настоящее время появился как новация физической культуры в виде возрожденной традиции. Этот факт является уникальным и поучительным с точки зрения понимания механизмов культурно-исторического развития социальных явлений. Расширяется диапазон применения комплекса ГТО, появляются новые идеи в ответ на новые вызовы общества. Возрождение комплекса «Готов к труду и обороне», безусловно,

говорит о положительной динамике развития сферы физической культуры и спорта в стране. Включение дисциплины Многоборье ГТО в программу крупных мультиспортивных состязаний, включающих технологические виды спорта, говорит об актуальности и, не убывающей с течением времени, ценности данного вида физического воспитания населения.

#### Конфликт интересов

Автор декларирует отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

#### Библиографический список

1. Российская Федерация. Указы Президента Российской Федерации. О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»: Указ N 172 от 24 марта 2014 года. URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/38224> (дата обращения: 26.04.2024).
2. Федеральный закон от 14 июля 2022 г. № 261-ФЗ «О российском движении детей и молодежи». URL: [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_421798/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_421798/) (дата обращения: 26.04.2024).
3. Виноградов П. А., Царик В. А., Окуньков Ю. В. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – путь к здоровью и физическому совершенству. М.: Спорт, 2016. 44 с.
4. Давыдова С. А., Галеев А. Р. Комплекс ГТО как основа спортивно-массовой работы в школе. М.: Спорт, 2021. – 134 с.
5. Мясникова Т. И., Галагузова Н. Ю. Воспитательная функция Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО // Педагогическое образование в России. 2015. № 1. С. 70-75.
6. Развитие идеологических основ комплекса ГТО / Ф. И. Собынин, А. В. Скабук, А. В. Воронков [и др.] // Теория и практика физической культуры. 2020. № 8. С. 104-106.
7. Концепция ВФСК. URL: <https://www.gto.ru/feedback> (дата обращения: 26.04.2024).
8. Российское движение детей и молодежи «Движение Первых». URL: <https://будьвдвижении.рф/> (дата обращения: 26.04.2024).
9. Техноспорт Первых // Федерация многоборья ГТО России. URL: <https://gto.com.ru/sorevnovaniya/tehnosport-pervyh/> (дата обращения: 26.04.2024).
10. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». URL: <https://www.gto.ru/> (дата обращения: 26.04.2024).

#### References

1. Rossijskaya Federaciya. Ukazy` Prezidenta Rossijskoj Federacii. O Vserossijskom fizkul`turno-sportivnom komplekse «Gotov k trudu i oborone»: Ukaz N 172 ot 24 marta 2014 goda [Russian Federation. Decrees of the President of the Russian Federation. On the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense": Decree N 172 of March 24, 2014]. Available from: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/38224> [Accessed 26 April 2024]. (In Russian)
2. Federal`ny`j zakon ot 14 iyulya 2022 g. № 261-FZ "O rossijskom dvizhenii detej i molodezhi" [Federal Law No. 261-FZ "On the Russian Movement of Children and Youth" dated July 14, 2022]. Available from: [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_421798/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_421798/) [Accessed 26 April 2024]. (In Russian)
3. Vinogradov, P. A., Czarik, V. A., Okun`kov, Yu. V. Vserossijskij fizkul`turno-sportivny`j kompleks «Gotov k trudu i oborone» (GTO) – put` k zdorov`yu i fizicheskomu sovershenstvu [All-Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense" (RLD) – the way to health and physical perfection]. Moscow, Sport publ., 2016. 44 p. (In Russian)
4. Davy`dova, S. A., Galeev, A. R. Kompleks GTO kak osnova sportivno-massovoj raboty` v shkole [Sports complex "Ready for Labor and Defense" as the basis of sports and mass work at school]. Moscow, Sport publ., 2021. 134 p. (In Russian)
5. Myasnikova, T. I., Galaguzova, N. Yu. "Vospitatel`naya funkciya Vserossijskogo fizkul`turno-sportivnogo kompleksa GTO" [Educational function of the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense"]. Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii. 2015. № 1, pp. 70-75. (In Russian)
6. Sobyenin, F. I., Skabuk, A. V., Voronkov, A. V., Peresyepkin, A. P. Razvitie ideologicheskix osnov kompleksa GTO [Development of ideological foundations of the sports complex "Ready for Labor and Defense"]. Teoriya i praktika fizicheskoj kul`tury. 2020. № 8, pp. 104-106. (In Russian)
7. Konceptsiya VFSK [Concept of the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense"]. Available from: <https://www.gto.ru/feedback> [Accessed 26 April 2024]. (In Russian)
8. Rossijskoe dvizhenie detej i molodyozhi "Dvizhenie Pervy`x" [Russian Movement of Children and Youth "Movement of the Firsts"]. Available from: <https://будьвдвижении.рф/> [Accessed 26 April 2024]. (In Russian)
9. Tehnosport Pervy`x [Technosport Pervykh]. Available from: <https://gto.com.ru/sorevnovaniya/tehnosport-pervyh/> [Accessed 26 April 2024]. (In Russian)
10. Vserossijskij fizkul`turno-sportivny`j kompleks "Gotov k trudu i oborone" [All-Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense"]. Available from: <https://www.gto.ru/> [Accessed 26 April 2024]. (In Russian)

Поступила в редакцию 29.04.2024

Подписана в печать 27.06.2024

Original article  
UDC 796/011  
DOI: 10.47438/1999-3455\_2024\_2\_97

**“MULTI-ATHLAND “READY FOR LABOR AND DEFENSE” AS AN IMPORTANT PART OF THE PROJECT  
“SPORTS FESTIVAL “TECHNOSPORT OF THE FIRST” WITHIN THE FRAMEWORK OF THE ACTIVITIES  
OF THE CHILDREN AND YOUTH MOVEMENT “MOVEMENT OF THE FIRST””**

Polina I. Kamenskaya

*Russian University of Sports  
Moscow, Russia*

*Postgraduate student of the Department of Public Administration and Youth Policy  
ph.: +7(925)159-16-92, e-mail: polina.kamenskaya1998@mail.ru  
ORCID 0009-0009-5818-2998*

**Abstract.** The materials of this publication are devoted to an analysis of the issue of introducing the All-Russian physical culture and sports complex “Ready for Labor and Defense” into the program of complex competitions. The article examines the sports festival “Technosport of the First” – the country’s first team competition in the multi-sport all-around format in technological sports with relay elements, where one of the disciplines is the All-Around “Ready for Labor and Defense”. The analysis shows that holding this kind of multi-sport competitions, with the inclusion of technological sports, is unthinkable without including the all-around “Ready for Labor and Defense” in the number of competitions, since it is this discipline that makes it possible to fully record the level of development of such important physical qualities among participants, such as strength, speed, flexibility, agility and endurance. The results of the study can be used by physical education teachers, specialists in working with youth in educational organizations, specialists of the Movement of Children and Youth “Movement of the First” and specialists organizing physical education and recreational and mass sports work to build more competent and fruitful work with the population of different age.

**Keywords:** physical culture, “Ready for labor and defense”, sports, First Movement, youth, all-around competition, festival

**Cite as:** Kamenskaya, P. I. (2024) “Multi-athland “Ready for Labor and Defense” as an important part of the project “Sports festival “Technosport of the first” within the framework of the activities of the children and youth movement “Movement of the first””. *Physical Culture and Health*. (2), 97-101. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455\_2024\_2\_97.

Received 29.04.2024  
Accepted 27.06.2024